

LAPSET MUKAAN SUUNNITTELEMAAN!

Talviolympialaiset Etanatien päiväkodissa

Karolina Dziok

Opinnäytetyö, kevät 2018

Diakonia-ammattikorkeakoulu

Sosiaalialan koulutusohjelma

Sosiaali- ja kasvatustieteiden suuntautumisvaihtoehto

Sosionomi (AMK) +

Lastentarhanopettajan virkakelpoisuus

TIIVISTELMÄ

Dziok, Karolina. Lapset mukaan suunnittelemaan! Talviolympialaiset Etanatien päiväkodissa. Diak Pori, Kevät 2018, 47 s., 2 liitettä.

Diakonia-ammattikorkeakoulu, sosiaalialan koulutusohjelma, sosionomi (AMK) + lastentarhanopettajan kelpoisuus.

Tämä opinnäytetyö oli toiminnallinen projekti, jonka tarkoituksena oli suunnitella ja toteuttaa talviolympialaistapahtuma Etanatien päiväkodissa. Opinnäytetyön tavoitteena oli lisätä yhteisen ulkoliikunnan määrää osana päiväkodin varhaiskasvatusta sekä tukea lasten mielenkiintoa liikuntaa kohtaan. Tavoitteena oli myös lisätä lapsilähtöisyyttä ja ottaa päiväkodin lapset mukaan tapahtuman suunnitteluun ja toteutukseen.

Opinnäytetyö koostui tapahtuman suunnittelusta, toteutuksesta ja arvioinnista. Suunnitteluvaiheessa oli mukana Etanatien päiväkodin lapsista muodostettu lapsiparlamentti. Lapsiparlamentin kanssa suunniteltiin tapahtumapäivän kulku, liikunnalliset kilpailut sekä muu oheistoimintaa. Tapahtuma toteutettiin laskiaistiistaina helmikuussa 2018.

Teoriaosuudessa käsitellään opinnäytetyön kannalta keskeisiä käsitteitä, kuten varhaiskasvatusta, osallisuutta ja lapsilähtöisyyttä, liikuntakasvatusta sekä liikuntasuosituksia. Teoriaosuudessa tuodaan esille myös liikunnan merkityksiä psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin. Näiden lisäksi opinnäytetyössä käsitellään toiminnallisen opinnäytetyön teoreettista perustaa.

Talviolympialaistapahtuman tavoitteiden toteutumista arvioitiin havainnoimalla tapahtumaa sekä pyytämällä palautetta Etanatien päiväkodin lapsilta ja henkilökunnalta. Havainnot ja palautteet kirjattiin ylös tapahtumapäivän aikana ja sen jälkeen ja ne koottiin yhteen arviointi- ja palauteosiossa.

Havainnoinnin ja palautteen myötä voidaan todeta, että Talviolympialaistapahtuma oli onnistunut tavoitteiden mukaisesti. Etanatien päiväkodille jäi materiaalit tapahtuman suunnittelusta ja toteutuksesta, joten niitä voidaan hyödyntää jatkossa vastaavanlaisen tapahtuman järjestämiseen.

Avainsanat: toiminnallinen opinnäytetyö, varhaiskasvatus, osallisuus, lapsilähtöisyys, liikuntakasvatus, liikuntasuosituks

ABSTRACT

Dziok, Karolina. A model of children's Winter Olympics in kindergarten.
47 p., 2 appendices. Language: Finnish. Pori, Spring 2018.
Diaconia University of Applied Sciences. Degree Programme in Social Services.
Degree: Bachelor of Social Services.

This thesis was a functional project with the child-oriented aim. The aim was to plan and implement an outdoor event named Etanatie Winter Olympics with the children of a kindergarten. In addition, to increase the number of joint outdoor activities as a part of the early childhood education and to support the children's interest in sport.

The thesis consisted of planning, implementation and the evaluation of the event. The child parliament formed by the children of the Etanatie kindergarten was involved in the designing phase. With the children's parliament, the timetable, competitions and other activities were planned for the event which was in February 2018.

This thesis consisted of the theoretical basis of the functional thesis. In the theoretical part were discussed key concepts relevant to the study, such as early education, implication, child orientation, physical education and physical recommendations. The theoretical part also clarified the meanings of physical activity in mental, physical and social well-being.

The realization of the goals of the Winter Olympics event was evaluated by observing the event and asking feedback from the children and the staff. Observations and feedback were documented during and after the event and they were compiled in evaluation and the feedback section of this thesis.

According to the feedback and observations, the Winter Olympics event was successful with the goals. The material from the planning and implementation of the event was left for the use in future when arranging a similar event.

Keywords: functional thesis, early education, implication, child orientation, physical education, physical recommendations

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	6
2 LAPSI VARHAISKASVATUKSESSA.....	8
2.1 Etanatien päiväkoti.....	8
2.2 Varhaiskasvatuksen määritelmä.....	9
2.3 Lapsen osallisuus ja lapsilähtöisyys	10
3 LIIKUNTA VARHAISKASVATUKSESSA.....	12
3.1 Liikuntakasvatus	12
3.2 Liikuntasuosituksset	13
3.3 Ulkoliikunta varhaiskasvatuksessa.....	14
3.4 Liikunnan merkitys lapsen kehitykselle.....	15
3.4.1 Psyykkiset vaikutukset.....	16
3.4.2 Fyysiset vaikutukset.....	16
3.4.3 Sosiaaliset vaikutukset.....	18
3.5 Liikunta Etanatien päiväkodissa	19
4 TALVIOLYMPIALAISTEN SUUNNITTELU	21
4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö	21
4.2 Suunnitelman pohja ja aikataulu	21
4.3 Lapsiparlamentin kokoontuminen.....	22
4.4 Tapahtuman ohjelma.....	24
4.5 Kilpailupaikat	25
4.6 Tapahtumaan liittyvä oheismateriaali	27
5 TALVIOLYMPIALAISTEN TOTEUTUS	29
5.1 Resurssit ja riskit	29
5.2 Talviolympialaisten valmistelut	30

5.3 Tapahtumapäivän kulku	31
6 TALVIOLYMPIALAISTEN ARVIOINTI JA PALAUTE	37
6.1 Tavoitteiden saavuttamisen arviointi	37
6.2 Tapahtuman arviointi ja palaute	39
7 POHDINTA	41
LÄHTEET	43
LIITE 1. Ilmoitus Talviolympialaisista	46
LIITE 2. Infolappu henkilökunnalle	47

1 JOHDANTO

Lapsella on synnynnäinen tarve olla fyysisesti aktiivinen. Siksi liikunnallinen elämäntapa alkaa kehittyä jo varhain lapsuudessa. Liikkuessaan lapsi harjoittelee ja kehittää motorisia taitojaan, jolloin myös hänen terveytensä, hyvinvointinsa ja toimintakykynsä kehittyvät. Liikkuminen ja motoristen taitojen opettelu parantavat lapsen edellytyksiä koulunkäyntiin ja uusien asioiden oppimiseen. Liikunnallinen lapsuus edistää kokonaisvaltaista terveyttä ja hyvinvointia sekä myönteistä elämänskulkua. Se myös ennustaa liikunnallista aikuisuutta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Lasten riittävä liikkuminen on aina ajankohtainen asia. Lasten liikunnan määrään ja laatuun tulee kiinnittää enemmän huomiota, sillä tutkimusten mukaan (mm. LATE-tutkimus 2010) lapset liikkuvat suotuisan kehityksensä ja terveytensä kannalta liian vähän. Lapsen normaalin fyysisen kasvun ja kehityksen kannalta on välttämätöntä, että lapsi liikkuu. Geenit määräävät lapsen kehityksen reunaehdot, mutta ympäristöllä on suuri merkitys kehityksen kulkuun. (Pönkkö & Sääkslahti 2012, 136.)

Opinnäytetyö on toiminnallinen projekti, jonka tarkoituksena on suunnitella ja toteuttaa talviolympialaiset Etanatien päiväkodissa. Valitsin aiheen, sillä haluan lisätä yhteisen ulkoliikunnan osuutta päiväkodissa sekä osallistaa lapset mukaan suunnitteluun. Opinnäytetyö koostuu talviolympialaisten suunnittelusta, toteutuksesta sekä arvioinnista. Aihe oli ajankohtainen, sillä Pyeongchangin talviolympialaiset 2018 järjestettiin samoihin aikoihin Etanatien talviolympialaisten kanssa.

Opinnäytetyön tavoitteena on lisätä yhteisen ulkoliikunnan määrää osana päiväkodin varhaiskasvatusta sekä tukea lasten mielenkiintoa liikuntaa kohtaan. Etanatien päiväkodissa ulkoillaan päivittäin 2–3 tuntia, mutta ulkoilu koostuu lähinnä lasten omaehtoisesti leikkimisestä. Yhteinen liikkuminen on jäänyt vähemmälle. (Johanna Grönman, henkilökohmainen tiedonanto 23.1.2018.) Ulkoliikuntatapahtuman tarkoituksena on luoda lapsille mielekäs liikunnallinen tapahtuma, jossa he voivat olla vuorovaikutuksessa ikätovereidensa kanssa ja jossa aikuinen avustaa lapsia.

Varhaiskasvatussuunnitelman perusteissa tuodaan esille lapsen oikeus tulla kuulluksi ikä- ja kehitystasonsa mukaisesti sekä hänen kokemuksiaan ja mielipiteitään tulee kunnioittaa ja ottaa huomioon. Lapset tulee osallistaa kasvatustoiminnan ja ympäristöjen suunnitteluun, rakentamiseen sekä arviointiin, jotta niistä muodostuu lapselle merkityksellisiä sekä opetusta eheyttäviä teemoja. (Turja 2012, 44.) Sosionomikoulutukseeni sisältyy lastentarhanopettajan kelpoisuus. Opinnoissani olen perehtynyt sosiaalipedagogiseen lapsi- ja perhetyöhön, minkä vuoksi opinnäytetyöni yksi tärkeimmistä lähtökohdista on lapsilähtöisyys. Opinnäytetyön on tarkoitus olla mahdollisimman lapsilähtöinen ja sen myötä osallistaa lapset mukaan tapahtuman suunnitteluun ja toteuttamiseen. Tapahtuman toteutuksen on tarkoitus vastata lasten toiveita ja siten motivoida heitä liikkumaan.

Opinnäytetyön henkilökohtaisena tavoitteena on järjestää onnistunut ulkoliikuntatapahtuma ja olla omalta osaltani mukana kehittämässä Etanatien päiväkodin liikuntakasvatusta. Tavoitteena on myös saada koko päiväkodin talviolympialaiset tai muu vastaava talviurheilutapahtuma osaksi Etanatien päiväkodin tapahtumaperinnettä.

2 LAPSI VARHAISKASVATUKSESSA

2.1 Etanatien päiväkoti

Etanatien päiväkoti sijaitsee Pohjois-Porissa, Toejoella, rauhallisella omakoti- ja rivitalo-alueella. Päiväkoti on aloittanut toimintansa syksyllä 2009. Päiväkoti on 75-paikkainen yksikkö 1–6-vuotiaille lapsille ja on auki maanantaista perjantaihin klo 6.30–17.15. (Etanatien päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma 2013.)

Päiväkodin henkilökuntaan kuuluu johtaja, lastentarhanopettajia, lastenhoitajia ja avustajia. Keittiö- ja siivoustoiminnasta vastaa Porin palveluliikelaitos. Päiväkodissa on neljä ryhmää, jotka ovat saaneet nimensä Astrid Lindgrenin saduista. Kissankulma on tarkoitettu alle 3-vuotiaille lapsille, ja Kissankulmassa on myös perhepäivähoidon varahoidon yksikkö. Vaahteramäki ja Melukylä ovat 3–6-vuotiaille lapsille tarkoitettuja ryhmiä. Huvikummissa annetaan esiopetusta sekä myös kokopäiväistä hoitoa. (Etanatien päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma 2013.)

Etanatien tärkeimmät kasvatustavoitteet ovat turvallisuus, rajat, sosiaalisuus, lapsen yksilöllinen huomiointi sekä kiireettömyys. Toiminnassa keskitytään laadukkaaseen varhaiskasvatukseen, leikkiin, liikkumiseen, ilmaisutaitoihin, ja tavoitteena on luoda lapselle hyvä päivä ja kivoja muistoja. (Etanatien päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma 2013.)

Päiväkodin toimintaympäristö luo mahdollisuudet turvalliseen ja mukavaan yhdessäoloon. Lapsille tarjotaan päivän aikana monenlaista toimintaa. Leikille pyritään luomaan aikaa ja mahdollistaa sitä sekä sisällä että ulkona. Päiväkodin toiminnan onnistuminen ja lasten hyvän päivän aikaan saaminen perustuu vanhempien ja henkilökunnan luottamukseen yhteistyöhön. (Etanatien päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma 2013.)

2.2 Varhaiskasvatuksen määritelmä

Lastentarhatyöllä, päivähoidolla sekä päiväkotien antamalla varhaiskasvatuksella on pitkät perinteet, sillä ensimmäiset kansanlastentarhat perustettiin Suomeen jo vuonna 1888. Uuden varhaiskasvatuslain tultua voimaan elokuussa 2015, entistä päivähoitoa on tarkoitustenmukaisempaa nimittää varhaiskasvatukseksi. Varhaiskasvatuksessa korostetaan lapsen oikeutta saada hyvää ja laadukasta hoitoa, kasvatusta sekä opetusta. Subjektiivisen päivähoito-oikeuden mukaan jokaisella lapsella on oikeus päiväkotien pedagogiseen toimintaan eli varhaiskasvatukseen. (Heinonen ym. 2016, 20.)

Varhaiskasvatuslain mukaan varhaiskasvatuksella tarkoitetaan lapsen suunnitelmallista ja tavoitteellista kasvatuksen, opetuksen ja hoidon kokonaisuutta, jossa painottuu erityisesti pedagogiikka. Lain mukaan varhaiskasvatusta voidaan järjestää sille varatussa tilassa, jota kutsutaan päiväkodiksi. Varhaiskasvatusta voidaan kuitenkin järjestää myös yksityiskodeissa tai muussa kodinomaisessa hoitopaikassa. (Heinonen ym. 2016, 21.)

Varhaiskasvatuksen tehtävinä ja tavoitteina on tarjota lapsille suotuisa kasvuympäristö sekä lapsen kehitystä tukevaa monipuolista toimintaa. Lapsille tulee tarjota jatkuvat, turvalliset ja lämpimät ihmissuhteet sekä tukea vanhempia heidän kasvatustyössään. Vanhempien kanssa tehdään yhteistyötä, jotta lapsen persoonallinen ja tasapainoinen kehitys voi toteutua. Toiminnan tavoitteena on myös edistää lapsen fyysistä, sosiaalista ja tunne-elämän kehitystä sekä tukea lapsen esteettistä, älyllistä, eettistä ja uskonnollista kasvatusta perheiden vakaumuksia kunnioittaen. (Järvinen, Laine & Hellman-Suominen 2009, 90.)

Jokaiselle päiväkodissa ja perhepäivähoidossa olevalle lapselle tulee laatia oma lapsen varhaiskasvatussuunnitelma yhdessä lapsen ja huoltajien kanssa. Lapsen varhaiskasvatussuunnitelmaan asetetaan yhteisiä tavoitteita ja sovitaan siitä, miten kunkin lapsen yksilöllistä kehitystä, oppimista ja hyvinvointia edistetään suunnitelmallisesti varhaiskasvatuksessa. Se toimii tarvittaessa myös kehityksen ja oppimisen tuen suunnittelun välineenä. (Opetushallitus 2017.)

Varhaiskasvatuksen piirissä työskentelee useita eri ammattiryhmiä tiimi- ja verkostotyössä. Moniammatillisen tiimin edustajilla on omat vastuu- ja työalueensa. (Järvinen ym. 2009, 93.) Varhaiskasvatuksen yksi perustehtävistä on myös verkostotyö ja tyypillisiä yhteistyökumppaneita on neuvolat, perheneuvolat, sosiaalityö, lastensuojelu, perhetyöntekijät, puheterapeutit, toimintaterapeutit, fysioterapeutit, koulupsykologit, erityisopettajat, sairaalat ja kaikkein tärkeimpänä vanhemmat. (Koivunen 2009, 12.)

2.3 Lapsen osallisuus ja lapsilähtöisyys

Kasvavan kiinnostuksen kohteena sekä varhaiskasvatuspolitiikassa ja käytännön kentällä että varhaiskasvatus- ja lapsuustutkimuksessa ovat olleet lasten toimijuuden korostaminen sekä heidän osallisuutensa mahdollistaminen. Lasten kuulluksi tulemista ja vaikuttamista omaan arkeen sekä aktiivista oman lapsuuden rakentamista on pyritty lisäämään erilaisilla tutkimuksilla ja kokeiluilla. (Turja 2010, 30.)

Yhteiskunnan vallitsevana arvona on lasten näkökulman tavoittaminen sekä lasten osallisuus ja tämä näkyy myös erilaisissa sopimusteksteissä ja opetussuunnitelmaohjauksissa. Perustavanlaatuisena lähtökohtana voidaan pitää YK:n Lasten oikeuksien sopimusta, jossa tuodaan esiin lapsen oikeus tulla kuulluksi ja osallistua itseään koskeviin päätöksiin ikäänsä ja kehitystasoaan vastaavalla tavalla. Oikeus oman näkemyksen ilmaisuun tulee myös mahdollistaa. (Turja 2010, 30.) Lapsen osallisuus on määritelty myös varhaiskasvatuslain 7 b §, jonka mukaan lapsen varhaiskasvatusta suunniteltaessa, toteuttaessa sekä arvioitaessa lapsen mielipide ja toivomukset on selvitettävä ja otettava huomioon hänen ikänsä ja kehityksensä edellyttämällä tavalla. (Varhaiskasvatuslaki 2015.)

Lapsen osallisuus on tärkeää, sillä sen myötä lapsen oikeudet toteutuvat, lailliset velvollisuudet täyttyvät, palveluita ja päätöksentekoa voidaan parantaa, edistetään demokraattista prosessia sekä lasten taitoja, lisätään lasten valtaistamista ja itseluottamusta sekä suojellaan lasta. (Turja 2010, 33.)

Lapsilähtöisyydellä tarkoitetaan lapsen kulttuuriin, kokemuksiin ja toimintaan pohjautuvaa oppimis- ja opettamisprosessia. Varhaiskasvattajien tulee suunnitella toiminta niin,

että jokaiseen päivään sisältyy leikkimistä, liikkumista, tutkimista sekä taiteellista kokemista, jotta lapsilähtöisyys toteutuu. Lapsilähtöisyyttä kunnioittava kasvattaja kohtaa lapsen ainutlaatuisena yksilönä, jolla on omat tunteet, ajatukset, kiinnostuksen kohteet, vahvuudet ja kehittymistarpeet. (Järvinen ym. 2009, 34.)

Lapsella on mielipiteitä, toiveita ja halu osallistua itseään koskeviin päätöksiin ja suunnitelmiin. Lapsen osallisuutta leikkimisessä, liikkumisessa ja arjen toiminnoissa voidaan lisätä kuuntelemalla ja ottamalla hänen mielipiteensä huomioon. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.) Lapsen täytyy tulla kuulluksi ja olla osallisena yhteisössä, jotta hänen sosiaaliset valmiudet kehittyvät. Osallisuus voi olla yhteistä keskustelua, suunnittelua, toimintaa tai tekemistä ja yhdessäoloa. (Eskel & Marttila 2013, 76-77.)

Varhaiskasvattajien tulisi luoda sellaisia arjen käytäntöjä, jotka tukevat lasten osallisuutta ja auttavat jokaista lasta ilmaisemaan omia kokemuksiaan, ajatuksiaan ja tunteitaan eri tavoin aikuisten ja toisten lasten kanssa vuorovaikutuksessa. Kasvattajien on pohdittava myös aikuisen ja lapsen välistä valtasuhdetta sekä kasvatuksellisen auktoriteetin oikeutusta. (Eskel & Marttila 2013, 77.)

Lapsilähtöisessä, lapsen osallisuutta kunnioittavassa varhaiskasvatuksessa materiaalit tulisi olla lasten saatavilla ja lasten tulisi saada vaikuttaa niiden hankintaan tai käyttötapaan. Monet asiat (askartelumateriaalit, kankaat, tietokoneet ym.) ovat sijoitettuna paikkoihin, joihin lapsi ei näe tai ei pääse. Tämä rajoittaa lasten ideointia ja aktiivista aloitteen tekoa. Monesti lapset voisivat olla enemmän mukana ideoimassa sekä toteuttamassa tilojen käyttötarkoituksia ja sisustusta. (Turja & Vuorisalo 2017, 49.)

3 LIIKUNTA VARHAISKASVATUKSESSA

3.1 Liikuntakasvatus

Liikuntakasvatuksella tarkoitetaan toimintaa, jossa tarkastellaan liikuntaa kasvatuksellisesti näkökulmasta. Sen tavoitteena on tukea lasten kokonaisvaltaista kehitystä liikunnan avulla sekä luomaan edellytyksiä omaksua liikunnallisesti aktiivinen elämäntapa osana lapsuutta. Liikuntaan kasvattaminen voidaan nähdä fyysisesti aktiivisten toimintatapojen omaksumisena ja terveyteen sekä hyvinvointiin liittyvien tietojen, taitojen ja asenteiden oppimisena. (Sääkslahti 2015, 151.)

Lasten liikuntakasvatusta voidaan toteuttaa mm. perheissä, perhepäivähoidossa, päiväkodeissa, liikuntajärjestöissä sekä kansalaisjärjestöissä. Näissä kaikissa lapsille välitetään liikkumiseen ja liikuntaan liittyviä arvoja, asenteita, odotuksia ja kokemuksia ja nämä kaikki vaikuttavat siihen, minkälaiseksi lapsen käsitys liikunnasta ja itsestään aktiivisena liikkujana muodostuu. Jo varhaisilla vuosilla on merkitystä liikunnallisen elämäntavan rakentumiseen. (Sääkslahti 2015, 151-152.)

Varhaiskasvatuslain perusteella jokaisella varhaiskasvatukseen osallistuvalla lapsella on oikeus suunniteltuun, tavoitteelliseen ja monipuoliseen liikuntakasvatukseen päivittäin. Varhaiskasvatuksen henkilöstö on velvoitettu suunnittelemaan ja toteuttamaan varhaiskasvatusta, joka tukee lapsen kokonaisvaltaista kasvua ja kehitystä. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.) Varhaiskasvattajien tulee opettaa turvallista liikkumista eri ympäristöissä sekä mahdollistaa lasten liikunnan perusvälineistö. Välineitä tulee olla riittävästi ja niiden tulisi olla helposti lasten saatavilla omaehtoisen toiminnan luomiseksi. (Pönkkö & Sääkslahti 2012, 137.)

Liikuntakasvatuksen tavoitteisiin pyrkiminen edellyttää, että liikunnan harrastaminen mahdollistetaan innostavissa oppimisympäristöissä ja oppimistilanteissa, joissa lapsi voi saada myönteisiä kokemuksia sekä liikunnasta että omasta kehostaan. (Sääkslahti 2015, 151.) Aikuisten tulisi suunnitella toimintaa niin, että lapsia kuunnellaan ja jokaisella lapsella on mahdollisuus nauttia liikkumisesta, onnistumisesta sekä oppia uutta. Lapset ovat yksilöinä erilaisia ja se tulisi näkyä liikuntatoiminnan sisällöissä. Aikaisemmin liikuntaa

harrastamattomien tai liikkumiseen tukea tarvitsevien lasten tulee päästä mukaan toimintaan. Lapsen sukupuoli, perhe, kulttuuri, kieli, terveys tai muut yhdenvertaisuustekijät eivät saa vaikuttaa lapsen osallistumismahdollisuuksiin. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Liikunnan avulla kasvattamisessa on tärkeää tiedostaa toivotut kasvatustavoitteet sekä liikunnan kasvatusmahdollisuudet. Liikunta mahdollistaa yhdessä toimimisen sekä uusia ihmiskontakteja. Toiminta tulee järjestää niin, että tällaisia tilaisuuksia on tarjolla, eikä ne muodostu mahdottomiksi liiallisen kilpailun vuoksi. (Laakso 2009.)

3.2 Liikuntasuosituksset

Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset pohjautuvat asiantuntijaryhmän laatimaan tieteelliseen perusteluraporttiin. Niissä on määritelty alle kahdeksanvuotiaille lapsille fyysisen aktiivisuuden suositukset, jotka pitävät sisällään ohjeita lasten fyysisen aktiivisuuden määrästä ja laadusta, fyysisen psyykkisen ja sosiaalisen ympäristön rooleista ja ohjatun liikunnan sekä liikuntakasvatuksen suunnittelusta ja toteuttamisesta osana varhaiskasvatusta. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Suosituksien taustalla on YK:n lapsen oikeuksien yleissopimus, jonka lähes kaikkiin sisällöllisiä oikeuksia koskeviin artikloihin kuuluu myös liikkumiseen tai fyysiseen aktiivisuuteen liittyvä ulottuvuus. Suositukset on laadittu vanhempien, varhaiskasvatus-, liikunta- ja terveydenhuollon ammattilaisten ja muiden alle kahdeksanvuotiaiden lasten liikunnan, terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen osallistuvien yhteisöjen käyttöön. Lisäksi varhaiskasvatuslaki, perusopetuslaki sekä liikuntalaki nostavat esille lasten leikin ja liikunnan merkityksen. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Suosituksset perustuvat tutkimustietoon siitä, miten alle kahdeksanvuotiaiden lasten kanssa toimivat aikuiset voivat mahdollistaa lasten oikeuksien toteutumisen tukemalla lasten kokonaisvaltaista kasvua, kehitystä, terveyttä ja hyvinvointia liikunnan avulla. Aikuisen velvollisuutena on tukea lasten kasvua ja kehitystä sekä auttaa jokaista lasta kasvamaan kohti omia mahdollisuuksiaan. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Suosituksissa määritellään lapsen päivittäiseksi fyysisen aktiivisuuden määräksi kolme tuntia, joka on kuormittavuudeltaan monipuolista liikuntaa reippaasta ulkoilusta vauhdikkaaseen fyysiseen aktiivisuuteen. Lapselle tulee myös mahdollistaa rentoutuminen ja rauhoittuminen. Päivittäistä liikkumista tulee huomioida yhtä lailla kuin riittävää unen saantia sekä terveellistä ravintoa. Lapselle on luonteenomaista liikkua, leikkiä sekä touhuta ja lapsi onkin aktiivisimmillaan leikkiessään muiden kanssa. Yli tunnin kestäviä istumisjaksoja tulisi välttää tai tauottaa, sillä pitkät paikallaanolojaksot eivät ole lapselle ominaisia tapoja toimia. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Osa lasten suositusten mukaisesta liikunnasta toteutetaan varhaiskasvatuksessa, osa kotoa. Vanhempien tuki, liikkumiseen kannustava ilmapiiri, liikuntavarusteiden ja -välineiden tarjoaminen lapsen käyttöön sekä lapsen liikuntatoiveiden kuunteleminen ovat tärkeitä osatekijöitä suositusten toteutumisessa. Lapset saavat kotoa mallin, jonka mukaan oppivat liikunnan kuuluvat arjen rutiineihin. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

3.3 Ulkoliikunta varhaiskasvatuksessa

Ulkoilun tulisi kuulua jokaisen lapsen jokaiseen päivään. Varhaiskasvatuksen yhtenä tavoitteena on innostaa lapsia liikkumaan monipuolisesti. Varhaiskasvatuksessa ulkoilu tapahtuu aamu- ja iltapäivisin ja se on kirjattu osaksi varhaiskasvatuksen suunnitelmaa. Huoltajien tulee huolehtia, että lapsilla on tarvittavat välineet ulkona liikkumiseen säästä riippumatta. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016.)

Eri vuodenaikoja tulisi hyödyntää siten, että lapset saavat mahdollisuuksia opetella kullekin vuodenaikalle tyypillisiä tapoja ulkoilla. Ulkoliikunta voi olla perinteisiä yhteisiä liikuntaleikkejä, retkiä erilaisissa ympäristöissä sekä erilaisiin liikuntamuotoihin tutustumista. Ohjatun liikkumisen lisäksi tulee huolehtia siitä, että lapset pääsevät kokemaan riittävästi omaehtoista liikuntaa sekä sisällä että ulkona. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016.)

Varhaiskasvatuksen henkilöstön tulisi suunnitella päivän rakenne, sisä- ja ulkoympäristö sekä toiminta niin, että lapset saavat nauttia monipuolisesti liikkumisesta eri tilanteissa.

Varhaiskasvattajien tehtävänä on myös poistaa liikuntaan liittyviä esteitä sekä opettaa turvallista liikkumista eri ympäristöissä. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016.)

Varhaiskasvatuslaissa on määritelty, että varhaiskasvatusympäristön on oltava kehittävä, oppimista edistävä sekä terveellinen ja turvallinen lapsen ikä ja kehitys huomioon ottaen. Toimitilojen ja toimintavälineiden on oltava asianmukaisia ja niissä on huomioitava esteettömyys. (Varhaiskasvatuslaki 2015.)

Päiväkotien pihoilla tulisi olla tilaa hiekkaleikeille, keinuille, kiipeilytelineille, liukumäelle sekä pelikentille. Varhaiskasvatuksen yksikkö voi hyödyntää mahdollisuuksien mukaan lähiympäristön monipuolisuutta. Ulkoliikuntaa voi toteuttaa vuodenajat huomioiden pehmeällä hiekalla, nurmella, metsässä, vedessä, lumella, jäällä sekä puistoissa. Lapsille tulee tarjota kaikille aisteille aistimuksia sekä kokemuksia. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

3.4 Liikunnan merkitys lapsen kehitykselle

Lasten liikuntataidot, liikkuvuus ja liikehallinta kehittyvät ensimmäisten kymmenen elinvuoden aikana. Liikunnalla on vaikutusta lapsen psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen kehitykseen. Kaikkein kriittisin aika on päiväkotikäisenä ja aivan alakoulun alussa, jolloin lapsen olisi tärkeä liikkua monipuolisesti. Lapselle tulee mahdollistaa päivittäin fyysisesti haastavaa aktiivisuutta. Kiipeily, palloleikit ja juoksua sekä hyppimistä vaativat leikit ja pelit kehittävät liikuntataitoja erinomaisesti. Pelkällä rauhallisella liikunnalla liikuntataidot eivät kehittyisi niin hyvin. (UKK-instituutti 2011.)

Lapselle liikunta on oman kehon käyttämistä, kuten käsillä kaivamista, hyppelyä, tasapainoilua, ryökimistä sekä kaverin kanssa painimista. Sen avulla lapsi tutustuu itseensä, toteuttaa omaa tahtoaan, heittäytyy ajan virtaan, se sisältää runsaasti tunteita ja luo monipuolisia kokemuksia. Lapsen liikunta näkyy ulospäin käyttäytymisenä, jossa lapsi tuottaa liikkeen tai asennon itse ja johon tarvitaan kognitiivisia toimintoja sekä lihaskoordinaation aktiivista toimintaa. (Sääkslahti 2015, 141.)

3.4.1 Psyykkiset vaikutukset

Liikunnalla on vaikutusta lapsen psyykkiseen hyvinvointiin. Liikunnan avulla lapsi saa enemmän myönteisiä fyysisiä kokemuksia, hänelle kehittyy terveempi itsetunto, hänellä saattaa olla myönteisempi minäkuva ja tunteiden ilmaisu on helpompaa. Liikunnalla on vaikutusta myös matalampaan stressitasoon sekä masennuksen ja ahdistuneisuuden määrään. (TEKO 2018.)

Liikunnan myönteiset vaikutukset näkyvät myös oppimisessa, sillä liikuntaa harrastavilla lapsilla on parempi tarkkaavaisuus ja keskittymiskyky, parempi muisti, heidän aistitoimintonsa ja kyky yhdistellä eri aistien kautta tulevaa informaatiota toimivat hyvin, heillä on parempi hahmottamiskyky sekä paremmat kielelliset ja matemaattiset valmiudet. (TEKO 2018.)

Liikunta tukee lasten sosioemotionaalista kehitystä. Mitä monipuolisemmin lapsi liikkuu, sitä paremmiksi hänen liikuntataitonsa kehittyvät. Kun lapsen taidot paranevat, hän etsii myös itselleen vaativimpia tehtäviä ja haastaa itseään, jolloin onnistumisen kokemusten ja oivaltamisen riemun myötä hän haluaa niitä lisää. (Sääkslahti 2015, 141.) Onnistumiset edistävät lapsen elämänlaatua ja suojaavat lasta sosiaaliselta syrjäytymiseltä. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Hyvin suunniteltu liikunta saattaa vahvistaa lapsen myönteistä minäkuvaa tai ainakin liikuntaan liittyvää minäkuvaa. Edellytyksenä kuitenkin on hyvien kokemusten ja palautteen saaminen liikunnasta, sillä muuten liikunta saattaa olla jo pienelle lapselle ikävä kokemus ja voi siten estää lasta innostumasta fyysisistä ponnistelua vaativista peleistä ja leikeistä. (UKK-instituutti 2011.)

3.4.2 Fyysiset vaikutukset

Riittävä fyysinen aktiivisuus on edellytys lasten normaalille kasvulle ja kehitykselle. Se tukee lasten oppimisen edellytyksiä vaikuttamalla tarkkaavaisuuteen, vireyteen sekä

muistamiseen. Fyysiset taidot kehittyvät monipuolisesti, kun lapsi pääsee leikkimään yhdessä muiden lasten kanssa erilaisissa ympäristöissä kaikkina vuodenaikoina. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Liikunnalla on myönteisiä vaikutusta lapsen tuki- ja liikuntaelimistöön, hengitys- ja verenkiertoelimistöön, painonhallintaan, veren rasva-arvoihin, verenpaineeseen, aineenvaihduntaan, pienempään vaaraan sairastua aikuisena muun muassa tyypin 2 diabetekseen, sydän- ja verenkiertoelimistön sairauksiin, nivelrikkoon, osteoporoosiin, syöpään, masennukseen ja dementiaan. (TEKO 2018.) Vaikka pitkäaikaissairaudet ja lihavuus kehittyvät vasta aikuisiällä, lapsena ja nuorena harrastettu liikunta lisää todennäköisyyttä liikunnan harrastamiselle aikuisiässä ja siten ennaltaehkäisee sairauksien syntymistä. (UKK-instituutti 2011.)

Liikuntaan liittyvät keskeisesti myös motoriset taidot, jotka harjaantuvat lapsen liikkuesssa ja tasapainoilla. Motorisia taitoja ovat mm. kävely, juoksu, hyppääminen, heittäminen, kiinniottaminen sekä potku- ja lyöntiliikkeet. Motoriset perustaidot ovat taitoja, joita ihminen tarvitsee läpi elämänsä selviytyäkseen. Nämä taidot voivat kehittyä, kun fyysiset edellytykset, hermostollinen kehitys ja havaintotoiminnot ovat kehittyneet tarpeeksi pitkälle ja lapselle on mahdollistettu liikunnan harjoittelu. (Pönkkö & Sääkslahti 2012, 137.)

Suurten lihasryhmien avulla tuotettujen motoristen taitojen hallinnalla on vaikutusta hienomotoristen taitojen kehittymiselle. Lapsi ei voi oppia säätelemään kynäkäytön edellyttämää voimaa, ennen kuin hän on oppinut karkeampien liikkeiden hallitsemista, kuten monipuolista pallon käsittelyä. (Pönkkö & Sääkslahti 2012, 137.)

Liikunta on luonteva keino parantaa unta, sillä säännöllinen liikunta lisää unen kestoa ja kohentaa sen laatua. Säännöllisen liikunnan ja fyysisen aktiivisuuden avulla myös nukahdaminen helpottuu. Unella on taas keskeisiä tehtäviä aivojen energiatasapainon, oppimisen ja lihasväsymyksen säätelyssä. (UKK-instituutti 2011.)

Riittävä ravinto, uni ja hygieniasta huolehtiminen liikunnan kanssa turvaavat lapsen lihasten, jänteiden ja luiden vahvistumisen. Ne määrittelevät sen, mitä lapsi jaksaa kantaa ja miten voimakkaita vääntöjä lapsen jänteet kestävät ja kuinka suuria törmäyksiä hänen luunsa kestävät. (Pönkkö & Sääkslahti 2012, 137.)

Lapsilla, jotka jaksavat liikkua, leikkiä ja keskittyä pitkiäkin aikoja yhteen tehtävään, on riittävän hyvä kunto verenkierto- ja hengityselimistössä. Nivelten ja jänteiden liikelaajuudella ja kireydellä on vaikutusta siihen, kuinka liikkuva lapsi on. Liikkuvuus edistää monipuolista liikkumista ja leikkimistä. (Pönkkö & Sääkslahti 2012, 137.)

3.4.3 Sosiaaliset vaikutukset

Ympäröivän yhteiskunnan, median ja lasten väliset puheenaiheet liittyvät usein liikuntaan ja urheiluun. Lapsi omaksuu vallitsevat yhteiskunnan ja yhteisönsä asenteita, käsityksiä, arvoja, mielipiteitä, ihanteita ja tietoa. Esimerkiksi urheilua innokkaasti seuraavien perheiden lapsilla on usein omia suosikki urheilijoita ja heillä saattaa olla haaveena tulla isona urheilutähdeksi. Kalastamisesta ja marjastamisesta nauttivan perheen lapsi viihtyy ulkona metsässä sekä osaa tunnistaa ja nimetä monia kasveja, marjoja ja sieniä. (Sääkslahti, 2015, 142.)

Kun lapsi liikkuu muiden lasten kanssa, kehittää hän vuorovaikutustaitojaan sekä sosiaalisia suhteitaan, jotka ovat hyväksi terveydelle ja juurruttaa liikunnallista elämäntapaa. Lasten väliset suhteet ovat tärkeitä lasten liikkumisen virittäjänä. Yhdessä liikkueissa lapset harjaantuvat rakentamaan hauskaa ja mielekästä tekemistä. Koko perheen kanssa liikkumisen, ulkoilun ja touhuilun avulla lapsi oppii liikkumisen kuuluvan päivittäiseen elämään. (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016.)

Monet liikuntatilanteet, kuten pelit, leikit ja kilpailut herättävät lapsessa vahvoja tunteita. Ryhmään kuulumisen lisää yhteenkuuluvuuden tunnetta sekä harjaannuttaa tunteiden ilmaisun säätelyä. Lapsi pystyy tasapainoiseen vuorovaikutukseen, kun hän on henkisesti tasapainossa ja kokee olevansa hyväksytty ja sopivasti ihailtu. (Pönkkö & Sääkslahti 2011, 138.)

Joukkuepelit ja yhdessä leikkiminen opettavat myös toisen huomioon ottamista. Perheiden avulla lapset ja vanhemmat voivat monipuolistaa ja syventää keskinäistä vuorovaikutustaan. Joukkuepeleissä lapsi oppii sääntöjen noudattamista, reilua peliä sekä myötätunnon merkitystä. (UKK-instituutti 2011.)

3.5 Liikunta Etanatien päiväkodissa

Etanatien päiväkodissa lasten liikunnan lähtökohtana on liikkumisen tuoma ilo. Päiväkoti mahdollistaa ohjatun, vapaan ja energiaa purkavan liikkumisen, jossa mukana on leikin- ja sadunomaisuus. Päiväkoti tarjoaa hyvät ja sopivat liikuntavälineet, joita on tarpeeksi lapsimäärään nähden. Varhaiskasvattajan tehtävänä on luoda olosuhteet innostavaan ja kestäväan liikkumiseen. (Etanatien päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma 2013.)

Etanatien päiväkotia on mukana Ilo kasvaa liikkuen- ohjelmassa. Varhaiskasvatuksen Ilo kasvaa liikkuen- ohjelma synnytetään vuonna 2012 VALOn johdolla yhdessä asiantuntijaverkoston ja satojen pilottipäiväkotien kanssa. Vuonna 2015 julkistettiin valtakunnallinen liikkumis- ja hyvinvointiohjelma, jonka tavoitteena on mahdollistaa jokaiselle lapselle liikkumisen ilo sekä riittävä fyysisen aktiivisuus päivittäin. (Suomen Olympiakomitea i.a.)

Ilo kasvaa liikkuen -ohjelman tavoitteena on, että jokaisen lapsella kohdalla toteutuisivat varhaiskasvatuksen liikunnan suositukset. Ohjelma tarjoaa konkreettiset, liikkeen lisäämiseen tarvittavat askelmerkit, työkalut sekä varhaiskasvattajille että varhaiskasvatuksen johdolle. Ajatuksena on, että liikunnalliseen elämäntapaan siirtyminen tapahtuu yhteistyössä, pienin askelin. Ohjelmaa toteutetaan omassa yksikössä jokaisen omista lähtökohdista. (Suomen Olympiakomitea i.a.)

Etanatien päiväkodissa on valittu jokaisesta ryhmästä liikuntavastaava, joka vastaa ryhmänsä ja koko päiväkodin tasolla liikunnan toteutumisesta päivittäin. Ohjattua liikuntaa joka ryhmässä on viikoittain ja päivittäin varhaiskasvattajat mahdollistavat lasten liikkumisen sekä sisällä että ulkona. Etanatien päiväkotiin hankittiin ”liikuntakärry” vuonna 2017, joka sisältää monipuolisia liikuntavälineitä ja on lasten saatavilla omaehtoisen liikunnan mahdollistamiseksi.

Etanatien päiväkotia on panostanut sisäliikuntaan, mutta liikuntavastaavien palaverissa sekä koko päiväkodin liikkumisen arvioinnin tuloksena on toivottu yhteisen ulkoliikunnan lisäämistä. Lapset liikkuvat päivittäin ulkona, mutta ohjattu ulkoliikunta on jäänyt vähemmälle. (Johanna Grönman, henkilökohtainen tiedoksianto 23.1.2018)

Puitteet ohjatulle ulkoliikunnalle on hyvät, sillä Etanatien päiväkodilla on oma turvallinen, rajattu piha-alue, jossa on monipuolisesti erilaisia maa-aineksia ja telineitä, joissa voi kiipeillä, roikkua, keinua ym. Lähimaastossa on puistoja, metsää, pururata sekä pulkamäki ja luistelurata, joita voi hyödyntää talvisin. (Etanatien päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma 2013.) Ulkoliikunta sekä liikkuminen monimuotoisessa luonnossa vuoden jokaisena aikana (lumileikit, pulkkailu, luistelu) ovat tärkeä osa motoristen perustaitojen monipuolisessa kehittämisessä (Rönkkö ym. 2012, 140).

4 TALVIOLYMPIALAISTEN SUUNNITTELU

4.1 Toiminnallinen opinnäytetyö

Toiminnallisen opinnäytetyön tavoitteena on käytännön toiminnan ohjeistaminen, opastaminen, toiminnan järjestäminen sekä sen järjeistaminen. Toiminnallinen opinnäytetyö voi olla esimerkiksi ohje tai ohjeistus, opastus, kuten perehdyttämisopas, turvallisuusohjeistus tai jonkin tapahtuman suunnittelu tai toteutus tai molemmat. Olennaista kuitenkin on, että toiminnallisessa opinnäytetyössä yhdistyvät raportointi ja arviointi sekä käytännön toteutus. (Airaksinen 2009.)

Toiminnallinen opinnäytetyö lähtee liikkeelle suunnitelmasta, jossa vastataan kysymyksiin, mitä, miten ja miksi tehdään. Suunnitelmassa ilmenee opinnäytetyön tavoitteet sekä aiheen taustalla olevat teoreettiset lähtökohdat. Suunnitelmassa otetaan huomioon aikataulu, arvioidaan mahdolliset riskit ja resurssit sekä kustannusarviot. Suunnitelman jälkeen toteutetaan mahdollinen toiminnallinen osuus, joka raportoidaan. Valmis opinnäytetyö julkistetaan. (Airaksinen 2009.)

4.2 Suunnitelman pohja ja aikataulu

Opinnäytetyön suunnitelma lähti liikkeelle, kun Etanatien päiväkodin työyhteisössä pohdittiin yhteisiä tapahtumia kevätkaudelle 2018. Tavoitteena oli järjestää kevätkaudella ulkoliikuntatapahtuma, johon osallistuvat kaikki päiväkodin ryhmät. Talviolympialaiset sopi hyvin ajankohtaan, sillä Pyeongchangin Talviolympialaiset 2018 sijoittuivat samalle ajankohdalle.

Lupaa tapahtumalle pyydettiin Etanatien päiväkodin johtajalta Kirsi Lepistöltä ja vanhemmille tehtiin tiedote tapahtumasta (LIITE 1.) Henkilökunnan palaverissa sovittiin ta-

pahtuman toteutuspäivämääräksi laskiaistiistai 13. helmikuuta. Kellonajaksi päätettiin aamupäivän klo 9–11, jotta mahdollisimman moni sinä päivänä hoidossa olevista lapsista pääsisi osallistumaan.

Tapahtuman suunnittelussa ja toteutuksessa korostui lapsilähtöisyys. Tarkoituksena oli, että jokaisesta ryhmästä tulisi kaksi lasta mukaan lapsiparlamenttiin, joka olisi mukana suunnittelemassa tapahtumaa. Lapsiparlamentissa olisi siis yhteensä kahdeksan lasta. Jos lapsia olisi parlamentissa enemmän, voisi keskittyminen herpaantua herkemmin.

Lasten kanssa pidettävät kokoukset toimivat hyvinä välineinä lapsen äänen esille saamiseksi. Kokouksissa lapset voivat muun muassa vaikuttaa päivänsä kulkuun ehdottamalla toimintoja ja yhteisiä tekemisiä. Lasten tekemät ehdotukset otetaan vakavasti ja toteutetaan, mikäli ne ovat toteutettavissa, osoitetaan, että lasten tekemä työ on tärkeää, opetetaan lapsia vuorovaikutukseen muiden kanssa sekä taataan jokaisen lapsen oikeus tulla kuulluksi yhteisössä. (Haapamäki 2000, 39.)

Lapsiparlamentin kokoontumispäiväksi sovittiin Etanatien henkilökunnan palaverissa maanantai 15. tammikuuta klo 9. Lapsiparlamenttiin halukkaita lapsia oli niin paljon, että oli kannattavaa suorittaa äänestys. Äänestyksen avulla haluttiin kunnioittaa demokraattisen toteutumisen keskeisiä periaatteita, jonka avulla lapset pääsevät osallistumaan yhteisön toimintaan ja lisätään luottamusta lapsen omiin vaikutusmahdollisuuksiin. (Varhaiskasvatussuunnitelman perusteet 2016.) Äänestys lapsiparlamenttiin osallistuvista lapsista järjestettiin ennen kokoontumispäivää.

4.3 Lapsiparlamentin kokoontuminen

Äänestys lapsiparlamenttiin osallistuvista lapsista tapahtui omissa ryhmissä. Jokainen paikalla oleva lapsi sai ehdottaa haluamaansa kaveria mukaan lapsiparlamenttiin. Äänet laskettiin yhteen, ja kaksi eniten ääniä saanutta lasta pääsi mukaan. Äänestyksen myötä jokaisella lapsella oli mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa tapahtuman järjestämiseen, vaikka itse lapsiparlamenttiin ei olisikaan päässyt tällä kertaa.

Lapsiparlamentti kokoontui maanantaina 15. tammikuuta 2018 klo 9. Kokoontumisen tavoitteena oli luoda pohja Talviolympialaisille sekä saada lasten toiveet kuuluviin. Lapsiparlamenttiin osallistui seitsemän lasta. Kissankulmasta (1–3 vuotiaiden ryhmä) parlamenttiin osallistui yksi lapsi, sillä toinen ei ollutkaan halukas osallistumaan.

Lapsiparlamentin kokoontumisessa oli mukana pöytäkirja, jossa oli valmiina käsiteltävät teemat. Alussa lapsilta kyseltiin, tietävätkö he, mitä ovat olympialaiset ja mitä niissä yleensä tapahtuu. Lapset osasivat kertoa, että ne liittyvät urheiluun ja niissä saa mitaleja. Lapsille kerrottiin päivän tarkoituksesta, olympialaisista sekä tapahtuman ajankohdasta. Heille kerrottiin myös, että kyseisessä lapsiparlamentissa suunnitellaan yhdessä kilpailulajit sekä muut tapahtumaan liittyvät asiat.

Aluksi lapset olivat vaisuja, eivätkä omatoimisesti ilmaisseet toiveitansa. Päivän teemaa pohjustettiin kyselemällä mitä kaikkea liikuntaan liittyvää talvella voi tehdä ulkona ja vastaukseksi tuli: koripallo, hulahula-vanteiden pyöritys, suunnistus, disco, petankki sekä hyppiminen. Lapsia kannustettiin jatkamaan ideointia ja pohtimaan, mitä välineitä ulkona voi käyttää talvisin ja mitä välineitä meillä on päiväkodilla. Lapset nimesivät pulkan, kelkan, sukset, luistimet ja häntäpallot.

Lapsille näytettiin Etanatien päiväkodin pohjapiirustus piha-alueesta, jonka pohjalta lähdettiin suunnittelemaan kilpailupaikat. Lapsia pyydettiin valitsemaan välineet, joita voisi hyödyntää omassa pihassa. Lapset valitsivat pulkan, kelkan, sukset ja häntäpallot. Lapset saivat hetken pohtia, mitä kilpailulajeja näiden välineiden avulla saisi aikaiseksi. Säävaara otettiin myös puheeksi, sillä melkein kaikki lasten valitsemista välineistä vaativat lunta alleen ja jos tapahtumapäivänä ei ole lunta, tulisi olla varasuunnitelma tehtynä.

Lapset suunnittelivat kilpailulajeiksi pulkanveto-, pulkantyöntö-, hiihto, kelkantyöntö-, petankki- ja ”pidä oma puoli puhtaana”- kilpailun, hyppelyn sekä suunnistuksen. Pulkkanvetokilpailussa kaveri istuu pulkassa ja kilpaillaan toista paria vastaan nopeudesta. Pulkantyönnössä istutaan pulkassa ja käsillä työnnetään mahdollisimman nopeasti pulkkaa liikkeelle kohti maalia. Hiihdossa hiihdetään rataa pitkin ja nopeampi kaveri voittaa. Kelkantyönnössä toinen lapsi istuu kelkan kyydissä ja toinen työntää. Kilpailulajissa kilpailaan toista paria vastaan. Petankki ja ”pidä oma puoli puhtaana” pelataan perinteisten sääntöjen mukaan. Suunnistuksen, hyppelyn ja discon toteuttaminen jäi aikuisen vastuulle.

Parlamentissa pohdittiin, mitä muuta tapahtumassa voisi olla kuin liikunnalliset kilpailut. Lapset ehdottivat jotain syötävää. Asiaa luvattiin selvittää päiväkodin johtajalta ja ruokapalveluvastaavalta. Lapsilta kysyttiin, haluaisivatko he järjestää olympiakulkueen ja kantaa olympialippua, johon he vastasivat myönteisesti. Lapset toivoivat myös, että jokainen saisi mitalin kilpailun jälkeen.

4.4 Tapahtuman ohjelma

Lastenparlamentin kokoontumisen jälkeen lasten toiveet koottiin yhteen muistiinpanojen avulla. Toiveiden pohjalta suunniteltiin kilpailupaikat ja päivän kulku sekä käytännön asiat tapahtumaan liittyen.

Etanatien päiväkodin piha-alue jakautuu isojen lasten, Melukylän ja Huvikummun puoleen sekä pienten lasten, Kissankulman ja Vaahteramäen puoleen. Tapahtuma alkaisi klo 9 kokoontumalla isojen pihalla. Ryhmät muodostavat pihalle reitin olympiakulkueelle isojen ovesta lähtien. Lapsiparlamentin jäsenet kokoontuvat sisällä ja muiden ollessa pihalla valmiina, jäsenet tulevat isojen ovesta kantaen olympialippua. Olympialipun kanssa kuljetaan reitin läpi ja lauletaan yhteislauluna Maamme- laulun. Kun reitti on kuljettu päästä päähän, siirrytään ryhmittäin kilpailupaikoille.

Pienet jäävät aluksi isojen puolelle, jotta siirtymiset sujuvat paremmin. Ryhmät kilpailevat pienryhmissä omien ryhmien aikuisten kanssa. Jokaisella kilpailupaikalla on ohjeistus aikuisille, josta he voivat neuvoa lapsia kilpailun tarkoituksesta. Kun jokainen lapsi on saanut kilpailla, ryhmät voivat katsoa seuraavan vapaan kilpailupaikan ja siirtyä siihen, numerojärjestyksellä ei ole merkitystä.

Etanatien päiväkodin esimiehen Kirsi Lepistön ja ruokapalveluvastaavan kanssa sovittiin ruokatarjoiluksi höyrymakkarat sekä mehu. Tarjoilu tapahtuu isojen pihalla sijaitsevassa mökissä, joka on nimetty Huvimajaksi. Tarjoilut laitetaan tapahtuman alussa valmiiksi Huvimajaan ja jokaisen ryhmän aikuinen avustaa lapsia tarjoilussa. Tarjoilupisteelle ensimmäisenä menee pienryhmissä Kissankulma ja heidän jälkeen Vaahteramäki.

Isot kilpailevat aluksi pienryhmissä pienten piha-alueella. Kilpailupaikalta toiselle voi siirtyä vapaaseen tahtiin, kun huomaa seuraavan kilpailun olevan vapaa. Terrassialueella on ulkodisco, jossa voi välillä käydä tanssimassa.

Tapahtuman kulkua havainnoidaan ja ohjataan. Kun näyttää siltä, että pienet ovat käyneet kilpailut läpi sekä syöneet makkarat ja toisella puolella olevat isot ovat kilpailleet joka pisteellä, on puolien vaihdon aika. Kilpailut jatkuvat toisella puolella ja Melukylän lapset voivat siirtyä suoraan tarjoilupisteelle. Kun Melukylän lapset ovat syöneet ja hengähtäneet, voivat he siirtyä kilpailemaan ja Huvikummun lapset voivat mennä tarjoilupisteelle.

Kun jokainen ryhmä on käynyt jokaisella kilpailupaikalla ja saanut syötyä makkarat, voivat he käydä läpi vielä kilpailuvälineitä ja kilpailuja. Klo 11 tapahtuma päättyy ja ryhmät voivat siirtyä takaisin sisätiloihin. Sisätiloihin siirtyessä jaetaan mitalit jokaiselle lapselle hyvin suoritetusta osallistumisesta. Sisällä ryhmän aikuiset voivat kysellä lapsilta mielenkiintoista tapahtumasta. Lapsia havainnoidaan tapahtumassa ja heidän käyttäytymisestään voidaan saada myös viitteitä päivän onnistumisesta.

4.5 Kilpailupaikat

Kilpailupaikat sijoitetaan lasten toiveiden mukaan Etanatie piha-alueelle. (Kuva 2.) Kilpailupaikkoja on yhdeksän. Ryhmät jakautuvat pienempiin ryhmiin (4-7 lasta/ryhmä), jotta kilpailuihin ei muodostuisi pitkää jonotusaikaa. Kilpailut ovat hyvinmielisiä joukkue-, pari- ja yksilökilpailuja. Kilpailujen suunnittelussa on otettu huomioon sää, joten varavaihtoehdot on myös kirjattu suunnitelmaan. Suunnittelussa ja toteutuksessa huomioidaan myös lasten kehitystasot, jotta kaikki pääsevät osallistumaan.

Melukylän ja Huvikummun eli isojen puolella on lumenheittokilpailu tai säästä riippuen pallonheittokilpailu, petankki, hiihtokilpailu tai pyöräilykilpailu ja ”pidä oma puoli puhtaana” häntäpallokilpailu. Lumenheittokilpailussa lapset saavat tehdä lumipalloja ja heittää niitä puista seinää päin. Jos tapahtumapäivänä ei ole lunta, voidaan vastaava kilpailu toteuttaa pallojen kanssa.

Kissankulman ja Vaahteramäen eli pienten puolella on pulkan tai rekan työntö- ja pulkan tai renkaan vetokilpailu, pussihyppely, potkukelkan tai potkupyörän työntö- ja värisuunnistus kilpailu. Pulkan työntökilpailussa tai rekan työntökilpailussa kilpaillaan yksin muita vastaan istumalla kyydissä ja työntämällä käsillä pulkkaa tai rekkaa eteenpäin. Ensimmäinen maaliviivalla on voittaja. Potkukelkan työnnössä/potkupyöräkilpailussa kilpaillaan myös nopeudesta.

Pulkan vetokilpailussa tai renkaan vetokilpailussa kilpaillaan pareittain (toinen vetää pulkkaa tai rengasta, toinen istuu pulkassa tai renkaassa) toista paria vastaan, kumpi pääsee nopeammin maaliin. Pussihyppelyssä kilpaillaan muita vastaan. Lapsi menee seisomaan pussin sisään ja hyppii maaliviivalle.

Värisuunnistuksessa on rajattu alue, johon on piilotettu punaiset, vihreät, mustat ja siniset esineet. Suunnistuksessa kilpaillaan toista joukkuetta vastaan ja kumpi on ensimmäisenä löytänyt punaisen, sinisen, mustan ja vihreän esineen on voittaja.

4.6 Tapahtumaan liittyvä oheismateriaali

Etanatien päiväkodin henkilökunnalle jaetaan ennen tapahtumaa infolappu, jossa on päivän aikataulu ja tapahtuman kulku (LIITE 2). Jokaiseen kilpailupaikkaan tehdään myös ohjelappunen, josta aikuinen voi katsoa kilpailun ohjeistuksen ja neuvoa sen mukaan lapsia.

Tapahtumaan tarvittavat välineet, kuten pulkat, sukset, kelkat, pussit ja maalimerkit tulevat Etanatien päiväkodilta sekä opinnäytetyön tekijältä. Mahdolliset rikkoutumiset lasketaan osaksi päiväkodin normaalia kulutusta.

Talviolympialaistapahtuman jälkeen jokaiselle lapselle jaetaan mitalit. Mitalien jaon taustalla on ajatus palkita jokainen lapsi osallistumisesta, ei niinkään kilpailun voittamisesta. (Kuva 2.) Jokainen lapsi saa siis samanlaisen mitalin, joiden suunnittelusta ja toteutuksesta vastasin. Ne ovat päällystetty laminoinnilla, jotta ne säilyvät lapsilla ja ovat heillä muistona tapahtumasta.



KUVA 2. Talviolympialaisten mitalit

5 TALVIOLYMPIALAISTEN TOTEUTUS

5.1 Resurssit ja riskit

Resursseja projekteissa voivat olla esimerkiksi henkilöresurssit, työtilat, välineet ja budjetti. (Kettunen 2009, 162). Tässä opinnäytetyössä henkilöresursseina suunnittelussa oli kahdeksan henkilöä (aikuinen, seitsemän lasta), mutta tapahtumassa lapsia avustamassa olivat kaikki Etanatien päiväkodin henkilökunnasta. Suunnittelun jatkokäsittelystä, toteutuksesta, materiaalien kokoamisesta, informoinnista sekä mitalien askartelusta vastasi yksi henkilö.

Varsinaista rahoitusta työlle ei ollut, eli mahdolliset kustannukset maksoin itse. Tarjoi luun tarvittavat tuotteet (makkarat) tilattiin osana päiväkodin normaalia toimintaa eli niiden kustannuksesta vastasi Etanatien päiväkodin. Mehutarjoilu saatiin lahjoituksena työn tekijältä.

Välineet, joita tapahtumassa käytettiin (pulkka, potkukelkka, pyörät, pallot, rekat ja pe-tankki) tulivat Etanatien päiväkodilta. Opinnäytetyön raportointi tapahtui omalla tietokoneella ja tarvittavaa kirjallisuutta etsin internetistä ja kirjastosta. Työskentelytilana oli mahdollista käyttää Etanatien päiväkodin tiloja.

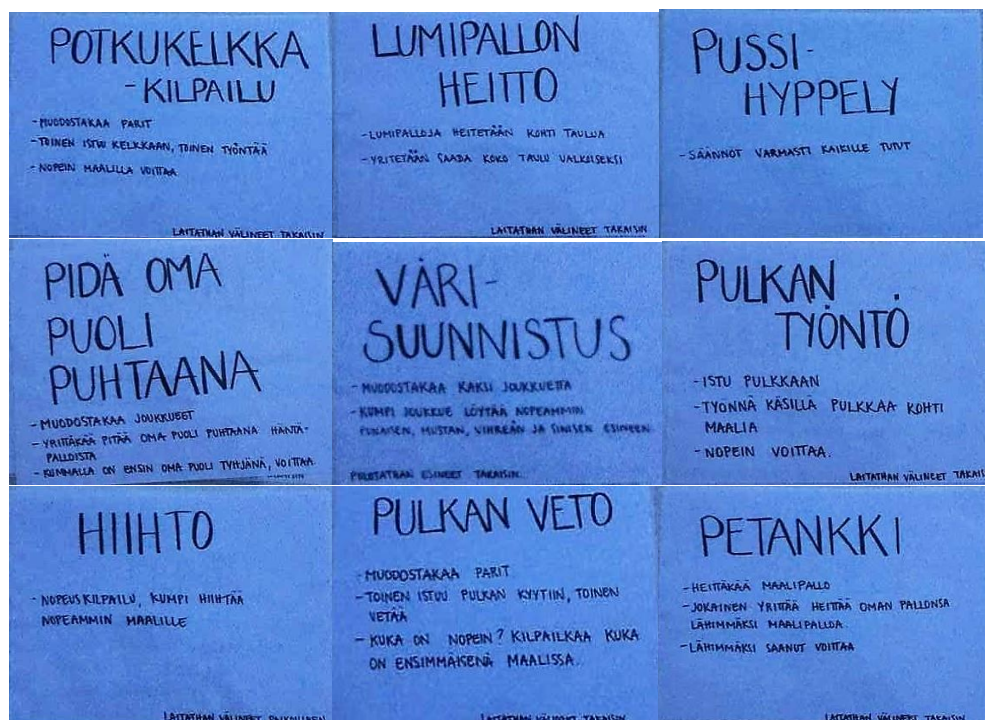
Riskien tunnistamisella voidaan varautua odottamattomiin tapahtumiin. Riskianalyysin avulla pyritään tunnistaa ne tekijät, joilla voi olla vaikutusta projektin lopputulokseen. Riskilistalle listataan ne uhkakuvat, joilla voi olla vaikutusta omaan projektiin. (Ruuska 2007, 249-251.) Tässä opinnäytetyössä riskinä oli erityisesti sää. Tapahtuma toteutettiin ulkona ja tarkoituksena oli toteuttaa talvilajeja, joihin tarvittiin lunta. Suunnitelmassa oli huomioitu kuitenkin säävaraus. Jos tapahtumapäivänä ulkoilma olisi estänyt ulos menemisen, olisi päivä voitu tarvittaessa siirtää. Tämä olisi vaatinut kuitenkin uudelleen informoinnin ja tilattujen ruokien tarkoituksenmukaisen säilömistä.

Riskinä oli myös henkilöresurssi, sillä kun yksi henkilö oli vastuussa tapahtuman toteutuksesta ja jos olisin estynyt tulemasta tapahtumaan (sairaus ym.), tapahtumaa ei olisi voitu järjestää tai sen ajankohta olisi pitänyt siirtää.

5.2 Talviolympialaisten valmistelut

Talviolympialaistapahtuman valmistelut aloitettiin maanantaina 12.2.2018 aamupäivällä. Sää tiedotus lupasi hyvää säätä ja lunta, joten tapahtuman valmistelu toteutettiin alkupe-
räisen suunnitelman mukaan, jossa oli huomioitu lumen hyödyntäminen osana kilpailuja.

Kilpailupaikoille tarvittavat välineet kerättiin yhteen, jotta ne olivat helppo seuraavana päivänä laittaa paikoilleen. Oheismateriaalit, kuten mitalit, kilpailupaikkojen infolaput (Kuva 3.), tapahtuman aikataulu ja kartta, oli tehty jo aiemmin, joten ne olivat jo valmiina päiväkodilla.



KUVA 3. Kilpailupaikkojen infolaput

Etanatien päiväkodin henkilökunnalle jaettiin infolappu päivän aikataulusta sekä kartta piha-alueen kilpailupaikoista. Henkilökunnalle selitettiin myös suullisesti päivän kulku. Ruokapalveluvastaavan kanssa sovittiin aikataulusta ja tehtiin valmiiksi mehut tapahtumapäivää varten.

5.3 Tapahtumapäivän kulku

Talviolympialaistapahtumapäivä alkoi klo 7.00 tavaroiden paikalleen laitolla. Etanatien päiväkodin piha-alueelle muodostettiin kartan avulla kilpailupaikat, joihin tuotiin valmiiksi kilpailuvälineet. Sää suosi ulkotapahtumaa, sillä lämpötila oli -1 astetta ja lunta oli maassa. Ruokapalveluvastaava valmisti makkarat tarkoituksenmukaisesti, ja mehut vietiin valmiiksi Huvimajaan, jossa ruokatarjoilu tapahtui.

Aamupalan jälkeen n. klo 8.45 ryhmät alkoivat pukeutumaan ulkovaatteisiin ja lapsiparlamentin jäsenet kokoontuivat odottamaan, että muut lapset siirtyvät sovitulle kokoontumispaikalle isojen oven edustalle. Kun ryhmät olivat valmiina ulkona, lapsiparlamentin jäsenet lähtivät kävelemään olympialippua kantaen kulkueena ryhmien muodostaman reitin läpi. Kulkueen kävellessä reittiä pitkin, kaikki päiväkodin lapset lauloivat yhdessä Maamme- laulun.

Kun kulkue oli kiertänyt reitin, lapset ja aikuiset toivotettiin tervetulleiksi olympialaisiin. Heille kerrottiin tapahtuman kulusta ja heitä neuvottiin siirtymään oikeille pisteille. Aikuisia muistutettiin vielä kartasta, jossa näkyy kaikki kilpailupaikat. Isot siirtyivät pienten piha-alueelle ja pienet jäivät isojen piha-alueelle. Ryhmät muodostivat pienryhmät (4–7 lasta ja yksi ryhmän aikuinen) ja siirtyivät kilpailupaikoille.

Kilpailupaikkoja oli yhteensä yhdeksän: neljä isojen puolella ja viisi pienten puolella. Isojen puolella olevassa Huvimajassa oli makkara- ja mehutarjoilu.

Isojen puolella oli hiihtokilpailu, lumipallon heittokilpailu, pidä oma puoli puhtaana- sekä petankkikilpailu. Hiihtokilpailussa oli kolmet sukset, jotka kiinnitettiin lapsen kenkään.

(Kuva 4.) Kenkien kiinnittämisessä suksiin tarvittiin aikuisen apua. Hiihtäminen ei ollut kaikille lapsille tuttua, joten aikuisen tuli myös ohjeistaa lapsia, miten hiihdetään.

Matka maalille oli n. 50 metriä. Hiihtokilpailu suoritettiin kahdessa tai kolmessa erässä, jotta kaikki pienryhmässä olevat lapset pääsevät mukaan. Osa suksista ei kuitenkaan mahtunut kaikkien jalkaan, joten kilpailussa joutui hetken aikaa odottelemaan omaa vuoroa. Innokkaimmat lähtivät kuitenkin ottamaan juoksukilpailua hiihtosauvojen kanssa odottelun ajaksi.



KUVA 4. Hiihtokilpailu

Lumenheittokilpailussa lapset tekivät lumipalloja maassa olevasta lumesta ja heittivät ne heittoviivalta kohti maalitaulua. (Kuva 5.) Kilpailussa haastetta luotiin heittoetäisyydellä. Pienemmät lapset heittivät lähempää maalitaulua ja isommat koittivat kuinka pitkältä saavat lumipallon osumaan maalitauluun. Tapahtuman päätteeksi kävimme katsomassa, kuinka valkoiseksi maalitaulu oli saatu.



KUVA 5. Lumenheittokilpailu

Pidä oma puoli puhtaana- kilpailussa pienryhmät jaettiin kahteen joukkueeseen. Joukkueet siirtyivät pelikentälle, jossa oli kaksi puolta ja keskellä rajaviiva. Joukkueiden oli tarkoitus heittää häntäpalloja toisen joukkueen puolella, samalla pitäen oma puoli puhtaana häntäpaloista. Häntäpallot lentelivät korkealla ilmassa ja lapset yrittivät mahdollisimman nopeasti saada pallot kiinni ja heitettyä takaisin toisen joukkueen puolelle. Häntäpallot olivat pehmeitä, sanomalehdestä ja muovipussista tehtyjä palloja, joten vaikka ne osuivat lapsiin heittojen aikana, ne eivät aiheuttaneet kovia osumia.

Petankkikilpailussa pelattiin perinteisten sääntöjen mukaan. Pienempi maalipallo heitettiin rajatulle alueelle. Jokainen lapsi sai oman pallon, joka oli tarkoitus heittää lähimmäksi maalipalloa. Heittokertoja muokattiin tilanteen mukaan. Toiset heittivät kerran, jolloin voittaja muodostui yhden heiton mukaan, toiset heittivät kolme kertaa, jolloin kolmannella heittokerralla lähimmäksi saanut voitti.

Huvimajassa oli makkara- ja mehutarjoilu. (Kuva 6.) Tarjoilut oli tuotu valmiiksi Huvimajaan, jotta jokaisen ryhmän aikuinen löytäisi ne helposti. Jokainen lapsi sai makkaraa ja mehua sekä halutessaan ketsuppia ja sinappia. Puolien vaihdon yhteydessä Huvimajaan tuotiin toinen erä makkaroita, jotta makkarat eivät jäähtyisi ennen tarjoilua. Siirtymät ruo-

katarjoiluun tapahtui jouhevasti. Kun yksi ryhmä oli syönyt ja juonut, huutelivat he seuraavalle ryhmälle Huvimajan olevan vapaa. Kaikki pääsivät rauhassa syömään ja juomaan sekä lämmittelemään kilpailujen välissä.



KUVA 6. Makkara- ja mehutarjoilu Huvimajassa

Pienten puolella oli pussihyppely, pulkan veto- ja pulkan työntökilpailut, potkukelkan työntökilpailu, värisuunnistus ja disco. Ryhmät kilpailivat jokaisessa pisteessä ja kävivät välillä tanssimassa discossa, kun huomasivat kilpailupaikkojen olevan varattuja. Discossa soi cd-soittimelta lapsille tuttua musiikkia, jonka tahdissa he jaksoivat tanssia pitkiäkin aikoja.

Pussihyppelykilpailussa pienryhmälle jaettiin jätessäkit, joihin lapset asettivat jalkansa. Lapset asettuivat riviin lähtöviivalle ja hyppivät pussin sisällä kohti maalia. Jätessäkit menivät melko helposti rikki, mutta kilpailupaikassa oli huomioitu asia varajätessäkkien avulla. Lapset hyppelivät myös ilman jätessäkkejä ja jatkoivat kilpailua, vaikka oma jätessäkki olisi mennyt rikki.

Pulkanvetokilpailussa kilpailtiin pareittain. (Kuva 7.) Toinen lapsista meni istumaan pulkan kyytiin ja toinen veti pulkkaa. Lapset taktikoivat kilpailussa ja sopivat, että pienempi

pareista menisi istumaan pulkkaan ja isompi vetää. Pulkanvetokilpailussa oli kolme pulkkaa. Kaksi oli tavallisia muovipulkkia ja yksi puinen pulkka, joten niiden eroavaisuuksia vertailtiin myös kilpailun aikana.



KUVA 7. Pulkanvetokilpailu

Pulkantyöntökilpailussa kilpailtiin yksin muita vastaan. Lapsi istui pulkkaan ja yritti käsillä työntää pulkkaa liikkeelle kohti maaliviivaa. Pulkkia oli yhteensä kolme, joten muut lapset, jotka eivät osallistuneet kilpailuun, kannustivat kilpailijoita. Lapset huomasivat pulkan työnnön olevan haasteellista, mutta keksivät erilaisia taktiikoita, jotta pulkka liikkui nopeammin. Esimerkiksi, kun lapsi istui mahdollisimman takana, pulkka liikkui helpommin eteenpäin.

Kelkantyöntökilpailussa kilpailtiin pareittain. Kelkkoja oli kahta eri kokoa. Toinen oli hieman pienempi kuin toinen, joten pienimmätkin lapset pääsivät osallistumaan kilpailuun hyvin. Toinen lapsista meni istuman kelkan kyytiin ja toinen työnsi vauhtia. Nopein pari maaliviivalla voitti. Lapset huomasivat tässäkin lajissa taktikoinnista olevan hyötyä ja sopivat, että pienempi pareista menee istumaan ja isompi työntää kelkkaa.

Värisuunnistuksessa rajatulle alueelle oli piilotettu kaksi mustaa, kaksi punaista, kaksi sinistä ja kaksi vihreää tavaraa. (Kuva 8.) Pienryhmät jakoivat ryhmän kahtia ja joukkueet lähtivät samaan aikaan etsimään alueelta värillisiä tavaroita. Maassa oli kummallekin ryhmälle musta, punainen, sininen ja vihreä alunen, jonka päälle kyseisen värinen tavara tuotiin. Nopeammin kaikki värilliset tavarat löytänyt joukkue voitti.



KUVA 8. Värisuunnistus

Kun kaikki ryhmät olivat kilpailleet, syöneet ja juoneet, siirryttiin sisälle omiin ryhmiin ja mitalien jako aloitettiin. (Kuva 9.) Jokainen lapsi sai samanlaisen mitalin kaulaansa ja samalla lapsia pyydettiin antamaan palautetta päivästä. Tämän jälkeen ryhmät jatkoivat päiväänsä oman päivärytmin mukaisesti.



KUVA 9. Mitalien jako.

6 TALVIOLYMPIALAISTEN ARVIOINTI JA PALAUTE

6.1 Tavoitteiden saavuttamisen arviointi

Opinnäytetyön tavoitteena oli suunnitella ja toteuttaa onnistunut talviolympialaistapahtuma, jossa näkyy lapsilähtöisyys. Tavoitteena oli myös lisätä ulkoliikunnan määrää osana Etanatien päiväkodin varhaiskasvatusta ja ylläpitää lasten mielenkiintoa liikuntaa kohtaan. Henkilökohtaisena tavoitteenani oli olla mukana kehittämässä Etanatien päiväkodin liikuntakasvatusta.

Lapsilähtöisyyden avulla lapsi kohdataan ainutlaatuisena yksilönä. Lapsen osallisuus voi olla keskustelua, suunnittelua ja toimintaa. (Eskel & Marttila 2013, 76-77.) Opinnäytetyössä haluttiin ottaa lapset mukaan suunnitteluun ja toteutukseen, jotta heidän toiveensa tulisi kuulluksi ja tapahtuma vastaisi heidän toiveitaan.

Lapsilähtöisyys otettiin huomioon muodostamalla lapsiparlamentti suunnittelemaan talviolympialaiset. Lapsiparlamenttiin valitessa lapsia, halukkaiden lasten määrä kertoi lasten kiinnostuksesta aiheeseen. Lapset selvästi tahtoivat päästä mukaan suunnittelemaan tapahtumaa. Lapsiparlamenttiin pääsy tehtiin äänestyksen avulla, sillä kaikkia halukkaita lapsia ei olisi pystynyt ottamaan mukaan parlamenttiin. Tasa-arvon nimissä jokaisesta ryhmästä mukaan pääsi kaksi lasta, jotka kaverit olivat äänestäneet mukaan. Kaikki päiväkodin lapset pääsivät siis jossain määrin mukaan suunnitteluun, toiset äänestämällä haluamansa kaverin lapsiparlamenttiin ja toiset tuomalla oman ja kaverinsa äänen kuuluviin lapsiparlamentissa.

Talviolympialaisten suunnittelu tapahtui lapsiparlamentin kokoontumisessa, jossa koottiin yhteen lasten toiveet tapahtumasta. Suunnitelmien pohjalta kirjattiin päivän kulku ja kilpailupaikat. Oheismateriaali valmistettiin hyvissä ajoin ennen tapahtumaa, jotta vältettiin kiireeltä.

Lapsilähtöisyyden tavoite saavutettiin suunnitelmien mukaan, mutta lasten osallisuus olisi voinut olla näkyvissä vieläkin enemmän. Lapset olisivat voineet tulla mukaan esimerkiksi tapahtumapäivänä oheismateriaalin askarteluun, kilpailupaikkojen pystyttämiseen sekä niiden siivoamiseen. Päiväkodissa aamupala ja lounas sekä päiväkodin oma toiminta ajoittuivat päällekkäin tapahtuman pystyttämisen kanssa, jonka vuoksi päätettiin, että lapset osallistuvat vain tapahtumaan ja kilpailuihin. Toisaalta, kun lapset eivät tienneet minkälaiset mitalit he tulevat saamaan tai minkälaisiksi kilpailupaikat muodostuvat, tulivat ne yllätyksenä lapsille. Heidän ilo oli silminnähtävää nähdessään mitalit ja muuta askartelemani oheismateriaalit.

Ulkona järjestettävä tapahtuma oli yksi keino lisätä ulkoliikunnan määrää Etanatien päiväkodissa. Tapahtuma järjestettiin vain kerran, mutta tapahtumaa varten käytettävää materiaalia voi käyttää jatkossa vastaavanlaisten tapahtumien järjestämisessä ja päiväkodin henkilökunta sai tapahtuman avulla esimerkin mitä yhteinen ulkoliikunta voi sisältää, joten tavoite ulkoliikunnan lisäämisestä sekä liikuntakasvatuksen kehittämisestä saavutettiin.

Liikuntasuosituksen mukaan lapsen päivittäisen aktiivisuuden määrä tulisi olla kolme tuntia (Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016). Tapahtuma kesti kaksi tuntia, josta noin puolta tuntia oli vauhdikasta liikuntaa, joten yhteinen ulkoliikuntatapahtuma oli hyvä keino lisätä liikunnan toteutumista varhaiskasvatuksessa liikuntasuosituksen mukaiseksi.

Opinnäytetyön riskeissä oli pohdittu sään vaikutusta tapahtuman järjestämiseen sekä henkilöresursseja. Seurasin säätilaa muutamia päiviä ennen tapahtumaa. Sää suosi tapahtumapäivänä, sillä lunta oli maassa ja pieni pakkanen sopi hyvin päivän teemaan. Tapahtuma saatiin toteutettua alkuperäisen suunnitelman mukaisesti, jossa kilpailuissa vaadittiin lunta.

Opinnäytetyön toteutuksen riskinä oli myös henkilöresurssi, sillä tapahtuman järjestämisestä oli vastuussa yksi henkilö. Muutama päivä ennen talviolympialaistapahtumaa loukkasin jalkani ja liikuin kävelysauvojen avuin. Tapahtuman järjestämistä ja sen ajankohtaa täytyi pohtia uudestaan, sillä kilpailupaikkojen pystyttäminen ei olisi ollut helppoa kävelysauvojen kanssa. Etanatien päiväkodin henkilökunnan kanssa pohdittiin asiaa ja päätettiin siihen, että tapahtuma järjestetään sovittuna ajankohtana ja henkilökunta auttaa

tapahtumapäivän aamuna kilpailupaikkojen pystyttämisessä ja myöhemmin siivoamisessa.

Opinnäytetyön suunnittelu ja toteutus tapahtuivat suunnitellun aikataulun mukaisesti, vaikka tapahtuikin pieni vastoinkäyminen henkilöresurssin kanssa. Aikataulussa otin alusta lähtien huomioon päiväkodin kevään aikataulu ja oma suunniteltu valmistuminen. Opinnäytetyön raportoinnille asetin henkilökohtaisen aikataulun, joka toteutui suunnitelmien mukaisesti.

6.2 Tapahtuman arviointi ja palaute

Tapahtuman järjestäminen ja toteutus onnistuivat hyvin. Lapsia oli kuultu ennen tapahtumaa ja kilpailut oli suunniteltu heidän toiveidensa mukaan. Etanatien päiväkodin henkilökunnalle jaettiin ennen tapahtumaa infolappu ja kartta, josta he näkivät päivän kulun. Heille kerrottiin myös suullisesti tapahtumasta, joten tapahtuman kulku eteni jouhevasti.

Ryhmät etenivät aikataulun mukaisesti. Tapahtuma alkoi suunnitelman mukaan klo 9.00, jolloin ryhmät olivat ulkona rivissä. Tapahtuman aloitus oli tunnelmallinen ja juhlava, kun lapsiparlamentin jäsenet kulkivat olympialipun kanssa kulkueena samalla laulaen Maamme-laulun. Tapahtuman juhlava aloitus lisäsi myös päiväkodin yhteisöllisyyttä. Aloituksen jälkeen ryhmiä ohjeistettiin, minne heidän kuuluu seuraavaksi mennä.

Kilpailupaikkoja oli sopiva määrä, sillä ylimääräiseltä odottamiselta välttyttiin ja jos pientä odottamista tuli, ryhmät siirtyivät tanssimaan discoon tai kävivät syömässä makkarat. Kilpailut olisivat voineet olla monipuolisempia liikunnallisesti sekä toiminnallisesti, mutta ne olivat lasten suunnittelemlia ja ne haluttiin toteuttaa sen mukaisesti. Tapahtuman aikana toteutui kuitenkin vauhdikas fyysinen aktiivisuus, joten lasten liikuntasuosituksen mukainen toiminta toteutui. Kaikki lapset pääsivät liikkumaan ja kilpailemaan ulkona. Tapahtuma oli kaiken kaikkiaan lasten näköinen.

Tapahtuman suunnittelussa ja toteutuksessa oli otettu huomioon lasten kehitystaso, jotta kaikki pääsisivät osallistumaan kilpailuihin. Kelkkoja oli kahta eri kokoa, suksia oli kolme eri kokoiset ja kilpailujen haastavuutta pystyi muokkaamaan kehitystason mukaiseksi. Esimerkiksi heittomatkaa voitiin tarvittaessa pidentää tai lyhentää.

Tapahtuman päätteeksi henkilökunta keräsi lapsilta palautetta talviolympialaisista. Palautteet koottiin yhteen ja analysoitiin. Palautteen annossa lapsilta kysyttiin, mikä oli päivässä kivointa. Suuri osa lapsista vastasi, että kaikki. Osa lapsista vastasi kivoimmat olleen kelkkailu ja lumipallon heitto, koska olivat niissä hyviä. Muutama lapsista kertoi, ettei ole koskaan ennen hiihtänyt, joten hiihto oli heille haastava, mutta kiva kokemus. Mitalien jaon aikana lapset kertoivat innoissaan, missä lajeissa olivat voittaneet.

Lasten havainnoinnista tapahtumassa sekä palautteen avulla voidaan todeta talviolympialaisten saavuttaneen tavoitteensa. Lapset osallistuivat innokkaasti kilpailuihin, liikkuvat aktiivisesti ja positiivisen palautteen myötä tapahtuma oli onnistunut.

Henkilökunnalta kerättiin suullisesti palautetta Etanatien henkilökunnan palaverissa 14.2.2018. Positiivista palautetta tuli hyvästä suunnittelusta ja lasten-ottamisesta mukaan suunnitteluun. Henkilökunta koki, että heitä oli informoitu tarpeeksi ja ohjelaput kilpailupaikoilla helpottivat lasten ohjaamista. Kilpailupaikkoja oli hyvä määrä, ja ne olivat hauskoja ja selkeitä.

Palautetta tuli myös suksista, jotka eivät mahtuneet kaikkien jalkaan ja lapset joutuivat siksi odottamaan hiihtokilpailussa hieman kauemmin. Improvisoinnin avulla odottamisaikaa saatiin kuitenkin pienennettyä, kun lapset ottivat hiihtoalueella juoksukilpailun hiihtosauvoja hyödyntäen.

7 POHDINTA

Opinnäytetyön idea lähti liikkeelle, kun Etanatien päiväkodissa suunniteltiin kevään 2018 tapahtumia. Ulkoliikuntatapahtuman järjestäminen kiinnosti minua ja sen hyödyntäminen opinnäytetyöksi tuntui luontevalta. Tapahtuman järjestäminen sopi minulle hyvin, sillä koen projektiluonteisen työn olevan mielekästä. Siinä suunnitelman avulla saadaan aikaisesti jokin tuotos, joka tässä opinnäytetyössä oli onnistunut Talviolympialaistapahtuma, jonka toivon jäävän osaksi Etanatien päiväkodin tapahtumaperinnettä.

Halusin ottaa tapahtuman suunnittelussa ja toteutuksessa huomioon lapsilähtöisyyden ja lasten osallistamisen, sillä uskon sen avulla innostavani lapsia toimintaan paremmin, kuin jos aikuinen olisi suunnitellut koko tapahtuman. Huomasin suunnitteluvaiheessa, että lapsiparlamentin jäsenet tulivat usein kysymään, milloin tapahtuma olikaan ja mitä kaikkea siellä oli, joten tapahtuma oli lasten mielessä paljon.

Tapahtuman toteutus onnistui suunnitelmien mukaisesti. Tapahtumaan oli tarkoitus osallistua kaikki päiväkodin lapset, joten tarkka suunnitelma oli erityisen tärkeää. Suunnittelussa oli määritelty aikataulu ja pohdittu toteutusta, joten uskon sen vuoksi tapahtuman onnistuneen hyvin. Tapahtumassa liikuttiin paljon, mikä oli tapahtuman tarkoitus, mutta makkara ja mehutarjoilu olivat oikein hyvä lisä talvitapahtumaan ja loi mukavaa tunnelmaa yhdessäolon merkeissä.

Henkilökohtaisena tavoitteena oli toteuttaa onnistunut ulkoliikuntatapahtuma ja olla mukana kehittämässä Etanatien päiväkodin liikuntakasvatusta. Talviolympialaistapahtuma oli onnistunut mielestäni ja palautteen mukaan hyvin. Kehitin tapahtuman myötä suunnittelutaitoja, lasten huomioimista, aikatauluttamista sekä ohjaustaitoja. Olin vastuussa tapahtuman järjestämisestä, joten myös organisointitaidot kehittyivät tämän myötä. Perehdyin ennen tapahtuman suunnittelua teorial tietoon aiheeseen liittyvistä teemoista, jotka antoivat raamit opinnäytetyölle ja lisäsi teoreettista osaamistani.

Ennen tapahtuman toteuttamista olisi ollut hyvä käydä kilpailupaikat kerran läpi ja testata kilpailujen toimivuutta. Etanatien päiväkodin pohjapiirustuksen avulla olin hahmotellut tilankäyttöä, mutta paikan päällä huomasinkin suunnitelmani olleen hieman eri mittakaavassa, mutta loppujen lopuksi myös tilankäyttö onnistui ja kilpailupaikat olivat toimivia.

Tapahtumapäivän havainnoinnin kannalta oli tärkeää, että kilpailujen ohjaaminen oli ulkoistettu Etanatien päiväkodin henkilökunnalle. Tämä mahdollisti sen, että pystyin kiertämään kilpailupaikalta toiselle kannustamassa ja neuvomassa sekä havainnoimassa lasten toimintaa. Päiväkodin henkilökunnan oli luonnollista olla mukana tapahtumassa ja ohjaamassa lapsia, koska se kuuluu heidän arkeen ja olisi ollut mahdotonta olla yksin ohjaamassa kaikkia päiväkodin lapsia.

Talviolympialaistapahtuma oli fyysinen ja aktiivinen kokonaisuus. Siihen kuului musiikkia, naurua, tanssia, juoksua ja lasten riemua. Kokonaisuuden saaminen tekstiksi osoittautui hieman haasteelliseksi ja kuvien avulla olisin saanut havainnollistettua tapahtuman tunnelmaa ja kokonaiskuvaa. Lasten kuvia en halunnut kuitenkaan ottaa mukaan opinnäytetyöhön siihen tarvittavien lupien ja eettisyyden vuoksi. Toisaalta kuvien hyödyntäminen olisi palvellut opinnäytetyötäni hyvin.

Opinnäytetyöprosessi on kokonaisuudessaan tukenut ammatillista kasvuani. Pääsin mukaan osaksi moniammatillista työyhteisöä ja toteutin tapahtuman, joka oli lapsille mieluisen ja pysyy heidän muistoissaan. Tapahtuman antaman kokemuksen myötä minulla on tulevaisuudessakin valmius toteuttaa samanlainen tapahtuma tai hyödyntää valmista konseptia muihin tapahtumiin. Uskon, että Etanatien päiväkodillekin jäi myönteinen kuva tapahtumasta ja tämänkaltaisen tapahtuma jää osaksi päiväkodin tapahtumakulttuuria.

LÄHTEET

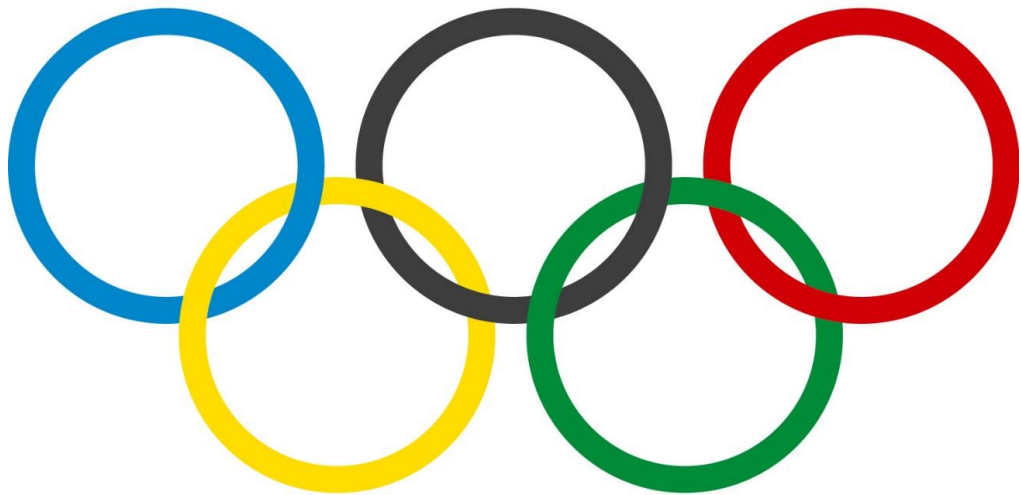
- Airaksinen, Tiina 2009. Toiminnallinen opinnäytetyö tekstinä. Viitattu 22.4.2018
<https://www.slideshare.net/TiinaMarjatta/toiminnallinen-opinnytety-teks-tin>
- Eskel, Pauliina & Marttila, Marjaana. Osallisuuden kokemus osana yhteisöllisyyttä. Teoksessa Marjanen, Päivi; Marttila, Marjaana & Varsa, Marjo (toim.) Pienten piirissä. Yhteisöllisyyden merkitys lasten hyvinvoinnille. Jyväskylä: PS-kustannus, 75–98.
- Etanatien päiväkodin varhaiskasvatussuunnitelma 2013. Viitattu 19.1.2018
<https://www.pori.fi/sivistyskeskus/varhaiskasvatus/paivakodit/etanatien-paivakoti/varhaiskasvatussuunnitelma.html>.
- Grönman, Johanna. Lastentarhanopettaja. Etanatien päiväkoti. Henkilökohtainen tiedoksianto. 23.1.2018
- Haapamäki, Jouko 2000. Yhteisöllisyys päivähoidossa. Teoksessa Jouko, Haapamäki; Kalevi, Kaipio; Soili, Keskinen; Ilkka, Uusitalo & Maria, Kuoksa. Yhteisö kasvattaa. Päivähoito oppimis- ja kasvatusyhteisönä. Helsinki: Tammi
- Heinonen, Hanna; Iivonen, Esa; Korhonen, Merja; Lahtinen, Nina; Muuronen, Kaisu; Semi, Ritva & Siimes, Ulla 2016. Lasten oikeudet ja aikuisten vastuut varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus
- Järvinen, Mervi; Laine, Anne & Hellman-Suominen, Kirsi 2009. Varhaiskasvatusta ammattitaidolla. Hämeenlinna
- Kettunen, Sami 2009. Onnistu projektissa. Helsinki WS Bookwell Oy
- Koivunen, Pirjo-Leena 2009. Hyvä päivähoito. Työkaluja sujuvaan arkeen. Jyväskylä: PS-kustannus
- Laakso, Lauri 2009. Laatu liikuntakasvatukseen. Viitattu 14.1.2018
http://www.edu.fi/teemat/laatuoliikuntakasvatukseen/mita_liikuntakasvatust_on
- Opetushallitus 2017. Lapsen varhaiskasvatussuunnitelma – mallilomake ja ohjeistus Viitattu 20.1.2018 http://www.oph.fi/koulutus_ja_tutkinnot/varhaiskasvatus/103/0/lapsen_varhaiskasvatussuunnitelma_mallilomake_ja_ohjeistus

- Opetus- ja kulttuuriministeriö 2016. Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. Viitattu 13.1.2018 <http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf>
- Pönkkö, Anneli; Sääkslahti, Anja 2012. Liikkuva lapsi. Teoksessa Eeva, Hujala; Turja Leena (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 136–150.
- Ruuska, Kai 2007. Pidä projekti hallinnassa. Suunnittelu, menetelmät, vuorovaikutus. Helsinki: Talentum.
- Suomen Olympiakomitea i.a. Ilo kasvaa liikkuen- ohjelma. Viitattu 20.1.2018 <https://www.olympiakomitea.fi/lasten-liike/varhaisvuosien-liikunta/tietoa-ilo-kasvaa-liikkuen-ohjelmasta/>
- Sääkslahti, Arja 2015. Liikunta varhaiskasvatuksessa. Jyväskylä: PS-kustannus
- TEKO, Terve koululainen - hanke 2018. Liikunnan vaikutukset. Viitattu 20.1.2018 <https://www.tervekoululainen.fi/ylakoulu/fyysinen-aktiivisuus/liikunnan-vaikutukset/>
- Turja, Leena & Vuorisalo, Mari 2017. Lasten oikeudet, toimijuus ja osallisuus oppimisessa. Teoksessa Merja, Koivula; Anna, Siippanen & Paula, Eerola-Pennanen (toim.) Valloittava varhaiskasvatus. Oppimista, osallisuutta ja hyvinvointia. Tampere: Vastapaino
- Turja, Leena 2010. Lapset osallisina- kohti uutta varhaiskasvatuskulttuuria. Teoksessa Leena, Turja; Elina, Fonsén (toim.) Suuntana laadukas varhaiskasvatus. Tampere: Suomen varhaiskasvatus ry, 30–48.
- Turja, Leena 2012. Lasten osallisuus varhaiskasvatuksessa. Teoksessa Eeva Hujala; Turja Leena (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus, 41–53.
- UKK-instituutti 2011. Tietoa terveystoiminnasta. Viitattu 20.1.2018 http://www.ukk-instituutti.fi/tietoa_terveysliikunnasta/liikunnan_vaiikutukset/ikakaudet/liikunta_vaiuttaa_lasten_ja_nuorten_kehitykseen
- Varhaiskasvatuslaki 2015/580, 8.5.2015. Viitattu 22.4.2018 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/1973/19730036>

LIIETTEET

LIITE 1. Ilmoitus Talviolympialaisista

ETANATIEN TALVIOLYMPIALAISET 2018



**VIETÄMME KOKO PÄIVÄKODIN TALVIOLYMPIALAISIA
TIISTAINA 13.2 AAMUPÄIVÄLLÄ**

**TAPAHTUMAN JÄRJESTÄÄ KAROLINA DZIOK
OSANA OPINTOJAAN.**

LIITE 2. Infolappu henkilökunnalle

TALVIOLYMPIALAISTEN OHJELMA

- Klo 9.00 kokoontuminen isojen pihalle. Muodostakaa ulko-ovelle reitti olympiakulkuetta varten.
(Lapsiparlamenttiin osallistuvat lapset valmiiksi eteiseen)
- Olympiakulkue & soihdun sytytys
- Pienryhmissä kilpailupisteille.
Melukylä & Huvikumpu aloittaa pienten puolelta
Vaahteramäki & Kissankulma jää isojen puolelle
- Huvimajassa mehu & makkara tarjoilu
Järjestys: Kissankulma
Vaahteramäki
Melukylä
Huvikumpu
- Puolien vaihto, kun kilpailupisteet käyty läpi ja makkarat syöty
- Tapahtuma ohitse, kun jokainen ryhmä käynyt läpi kaikki kilpailupisteet ja lounas alkaa
- Jokainen ryhmä jakaa olympiamitalit osallistuneille lapsille sisällä omassa ryhmässä. Samalla voi kysyä palautetta tapahtumasta.

KIITOS!